**Тематика контрольных работ для 1 курса заочной формы обучения**

**по дисциплине ОПД.03 Возрастная анатомия, физиология и гигиена**

**Вариант 1.**

**Тема: Оборудование детских учреждений. Детская мебель (подбор). Осанка. Воспитание правильной осанки.**

**План.**

1. Основные требования к оборудованию детских учреждений.
2. Осанка. Признаки правильной осанки. Нарушения осанки.
3. Профилактика нарушений осанки. Гигиенические требования к детской мебели.

**Литература.**

1. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология (с возрастными особенностями детского организма). –М ., 2011.
2. Лукаш А., Шубина Е., Белянчикова Н. Сколиоз излечим. Профилактика и лечение ортопедических проблем у детей. 2008.
3. Кириллов А.И. Сколиоз. Эффективное лечение и профилактика. 2008.
4. Красикова И.С. Осанка. Воспитание правильной осанки. Лечение нарушений осанки. 2008.

**Вариант 2.**

**Тема: Гигиена умственной деятельности ребенка. Режим дня. Гигиенические требования к проведению занятий, игр, спортивных развлечений, экскурсий.**

**План.**

1. Значение режима дня в жизнедеятельности организма.
2. Основные компоненты режима и требования к их организации:

А) Сон.

Б) Прием пищи.

В) Прогулка.

Г) Занятия.

1. Варианты и перестройка режима.
2. Гигиенические требования к проведению занятий, игр, спортивных развлечений, экскурсий.

**Литература.**

1. Журнал «Дошкольное воспитание».
2. Гигиена физического и умственного труда. Сайт:

<http://bono-esse> .ru/blizzard/A/Posobie**/AFG/NS/02\_**6\_agf.html

**Вариант 3.**

**Тема: Гигиеническое требования к освещению, отоплению, водоснабжению, вентиляции в детском саду.**

**План.**

1.Понятие о микроклимате.

2. Гигиенические требования к освещению детского дошкольного учреждения:

А) естественное освещение

Б) искусственное освещение

В) уход за естественным и искусственным освещением.

3. Отопление и тепловой режим детского сада:

А) гигиенические требования к отоплению

Б) виды отопления

4. Водоснабжение детского сада:

А) значение воды для человека

Б) центральное водоснабжение

Г) профилактика передачи инфекции при питье в ДОУ

**Литература.**

1. СанПиН 2010 для детских садов. Сайт Менеджер образования. Портал информационной поддержки руководителей образовательных учреждений. Сайт http:// menobr.ru/ свободный. – Загл. С экрана.
2. СанПин 2.4.1.1249-03. Режим доступа: http://www.mosecos.ru /index. Php?option=com\_convent&view=article&id=259&itemid=310 свободный.- загл.с экрана.

**Вариант 4.**

**Тема: кровь. Строение, состав, свойства. Иммунитет и аллергия.**

**План.**

1. Значение крови.
2. Состав крови:

А) плазма.

Б) Форменные элементы

1. Свойство крови. Переливание.
2. Возрастные особенности крови.
3. Иммунитет:

А) Естественный

Б) Искусственный

1. Аллергия, ее виды у детей.

**Литература.**

1. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология (с возрастными особенностями детского организма). – М.: Академия, 2011.
2. Гайворонский И.В., Ничипорук Г.И., Анатомия и физиология человека. 2011

**Вариант 5**

**Тема: физиолого-гигиенические основы питания детей. Пищевой блок.**

**План.**

1. Физические особенности органов пищеварения у детей дошкольного возраста.
2. Значение правильного питания для здорового образа жизни детей.
3. Физиолого-гигиенические основы питания детей.

А) Нормы питания, составление пищевого рациона

Б) режим питания

В) Эстетика питания

Г) Привитие гигиенических навыков при приеме пищи

 4. Требования к оборудованию пищевого блока.

**Литература.**

1. Алексеева А.С. Дружинина Л.В. организация питания детей в дошкольных учреждениях. –М.
2. Кислявская В.Г. Васильева Л.П. Питание детей раннего и дошкольного возраста. – М. 1983.
3. Ковригина М.Д. Сестра и воспитание яслей и младших групп детских садов. 1997.
4. Леонтьева Н.Н., Маринкова К.В. Анатомия и физиология детского организма, 1985
5. Смирнова Е.Т. гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 лет 1984.
6. Журнал «Обруч»

**Вариант 6.**

**Тема: Кожа. Закаливание организма ребенка.**

**План.**

1. Значение кожи.
2. Строение кожи.

А) эпидермис

Б) дерма

В)подкожная жировая клетчатка

1. Возрастные особенности кожи.
2. Роль кожи в терморегуляции.
3. Значение и принципы закаливания.
4. Факторы закаливания

А) Закаливание воздухом

Б) Закаливание солнцем

В) закаливание водой.

**Литература.**

1. Горовкова А.Ф., Кузина Н.И. Воспитание детей в сезонных дошкольных учреждениях. – М 1988.
2. Змановский Ю.Ф. Воспитываем детей здоровыми. –М.: Просвещение 1989.
3. Синяков А.Ф. рецепты для здоровья. Физкультура и спорт. 1986.
4. Смирнова Е.Т. Гигиенические основы воспитания в дошкольных учреждениях 1980.

**Вариант 7.**

**Тема: Эндокринные железы. Строение, функции, заболевания.**

**План.**

1. Понятие об эндокринных железах. Гормоны.
2. Гипофиз.

А) Строение и местонахождение

Б) Гормоны гипофиза и их влияние на организм

В) Гипо- и гиперфункция гипофиза

 3. Щитовидная и околощитовидные железы.

 4. Надпочечники.

 5. Эндокринная часть половых желез.

 6. Эндокринная часть поджелудочной железы.

**Литература.**

1. Сапин М.П. Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология 2011.
2. Гайворонский И.В., Ничипорук Г.И. Анатомия и физиология человека. 2011.
3. Федюкович Н.И., Гайнутдинов И.К. Анатомия и физиология человека. 2011
4. Сапин М.Р. Швецов Э.В. Анатомия Человека. 2008.

**Вариант 8.**

**Тема: органы дыхания. Строение,функции.**

**План.**

1. Значение дыхания.
2. Строение и функции органов дыхания.
3. Механизм дыхания.
4. Жизненная емкость легких. Легочная вентиляция.
5. Регуляция дыхания.
6. Возрастные особенности структуры и функции дыхательной системы.
7. Гигиена дыхания.

**Литература.**

1. Сапин М.П., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология (с возрастными особенностями детского организма) 2011.
2. Федюкович Н.И. Анатомия и физиология человека.
3. Сапин М.Р., Швецов Э.В. Анатомия человека. 2008.

**Вариант 9.**

**Тема: Половые железы. Половое развитие и половое воспитание.**

**План.**

1. Мужские половые железы.
2. Женские половые железы.
3. Половое развитие.
4. Половое воспитание.

**Литература.**

1. Сапин М.П. Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология ( с возрасными особенностями детского организма) 2011.
2. Федюкович Н.И. Анатомия и физиология человека. 2011.
3. Карпенко Т. Репродуктивная система человека. 2009.

**Вариант 10.**

**Тема: Участок, здание дошкольных учреждений. Гигиенические требования.**

**План.**

1. Земельный участок:

А) Расположение, размер, благоустройство участка.

Б) Планирование земельного участка.

1. Планировка зданий дошкольных учреждений:

А) Размещение групповых помещений.

1. Планирование оборудование помещений:

А) Групповая комната

Б) Приемная

В) Умывальная

Г) Комната для занятий и гимнастики.

**Литература.**

1. Теленчи В.И. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 лет.
2. Пантелеев Г.Н. Эстетика участка дошкольных учреждений
3. Смирнова Е.Т. Гигиенические основы воспитания в дошкольных учреждениях.
4. Чабовская А.П. Основы педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста.